

Lichaamsgerichte interventies (988)

- voor (verbaal werkende) psychotherapeuten -

Docent: drs. Yvonne Rosman

Yvonne Rosman is Psychotherapeut BIG, opgeleid als systeemtherapeut, cliënt centered therapeut, Pesso therapeut en EFT therapeut. Zij verdiepte zich daarnaast ook in EMDR, Sensory awareness en Mindfulness en Sensorimotor psychotherapie.

‘Het lichaam is niet alleen een bron van wijsheid, maar ook het enige voertuig dat je door het leven draagt’. S.P. Thoele

Het lichamelijk bestaan is onze bestaansgrond, ook al staan we daar niet elke dag bij stil. Dat geldt voor onszelf én voor onze cliënten.

We drukken in taal uit hoe wij ons voelen, bij voorbeeld ‘ik zit niet lekker in mijn vel’ of ‘ik ben gestrest’. Dat gevoel is rechtstreeks waarneembaar in het lichaam in de vorm van spanning, druk, benauwdheid, slapte, energieverlies, gejaagdheid. Vaak merken we dat pas als we klachten hebben.

doelgroep

Psychotherapeuten, psychiaters, klinisch psychologen en GZ-psychologen.

doelstelling

Na afloop van de cursus zijn de deelnemers vertrouwd met het waarnemen van fysieke verschijnselen die zich bij de cliënt voordoen en hebben zij geleerd die vragen te stellen die het proces van ‘belichaming’ bij de cliënt versterken. Zij hebben ervaren hoe deze aanvullende wijze van kijken en werken de effectiviteit van hun verbale behandeling verdiept.

inhoud

Deze cursus helpt psychotherapeuten om, naast hun verbale gesprekstechnieken, ook interventies te gebruiken die zich specifiek richten op het lichamelijke domein en op het grensgebied tussen lichaam en cognitie. Door deze interventies wordt de cliënt zich meer bewust van de signalen van het lichaam en krijgt zij/hij meer zicht op de wisselwerking tussen lichaam en geest.

Deze lichaamsgerichte interventies kunnen van belang zijn bij:

cliënten die hun eigen emoties en behoeften onvoldoende kunnen voelen en/of onvoldoende kunnen verwoorden;

cliënten die moeilijk grenzen kunnen voelen, stellen en/of aanvaarden;

cliënten die moeilijk contact maken met hun eigen lichaam.

De interventies kunnen succesvol worden ingezet bij de behandeling van angststoornissen, depressieve klachten, PTSS, stress, gehechtheidsproblematiek en wanneer er sprake is van emotionele verwaarlozing.

werkwijze

Korte theoretische inleidingen, literatuurstudie en vooral heel veel praktisch oefenen, aan den lijve ervaren en rollenspel.